



こんにちは！坂ノ途中の今井です。

この度は坂ノ途中のお野菜セットをご注文いただきありがとうございます。  
 ちょっと変わったお野菜も定番のお野菜も、シンプルな調理でとっても美味しいです。  
 蒸すだけ、焼くだけ、ちょこっとお塩をふるだけで立派な1品になります。  
 じっくり丁寧に育てられたお野菜の、素材そのままの味をお楽しみくださいませ。

坂ノ途中のお野菜セット(化成肥料・農薬不使用)			
産地	生産者	品名	お野菜コメント
島根県	赤江オーガニックファーム	コマツナ	定番のお野菜！みずみずしいですが味は濃いですよ。 暖かい日が多いので今時期はグンッと長く成長していることも。
京都府	柴田ファーム	アレッタ	ケールとブロッコリーのいいとこどりのお野菜。 苦味はなく、コクがあり味が濃いです。 油と相性が良いので、フライパンにバター・アレッタを入れ蓋をしてじっくり蒸し焼き、仕上げに塩をパラッとかけて食べるのがオススメ。 坂ノ途中のHPでは「アレッタのお醤油ペロンチーノ」「アレッタとニンジンのニンニク味噌和え」などのレシピもご紹介しています。 坂ノ途中HP→読みものにて、「アレッタ」と検索してみてくださいね。
三重県 長崎県	久保さん or 宮崎さん	にんじん	甘みも香りもしっかり。生で食べてもクセがなく美味しい！ オープンでじっくり丸焼きもオススメです。
大阪府	ひらかた独歩ふぁーむ	葉つき玉ねぎ	普通はさらに下の部分が膨らむのを待って「新タマネギ」として収穫される、成長途中のタマネギです。 葉の部分は青ネギと同じようにお使いいただけます。 食べられるのは春のあいだだけ。やわらかな風味でとっても美味しいです！ にんじんと同じく丸ごとグリルやスープなどがオススメです。
奈良県	新鮮しいたけおかもと	原木生しいたけ	育成にじっくり時間をかけた原木栽培のシイタケは、深い味わいが特徴。特にしいたけの旬は気候がおだやかな春と秋。まさに今！ 1年の中で1番プリプリで美味しい時期です。 ざっと塩をまぶして焼くだけで、香り豊かな一品になりますよ。  ※新聞紙等で軽く包んだり、袋のままでも口を大きく開けたりと、呼吸できる形でチルド室で保存すると長持ちします。
香川県	さぬき有機 or 東山ベジフル	紅だいこん	見た目がとても鮮やかなので浅漬けやマリネもオススメです。 オーブオイルでじっくり蒸し焼きにしたり、火を通すと甘みが出ておいしいです！ スープやお味噌汁に入れると、色素がでてしまうので注意。
熊本県	モエ・アグリファーム	ズッキーニ	油との相性が良く、じっくり加熱するとトロっとした食感になり、甘みも増します。 ソテー、ラタトゥイユ、パスタ、サラダ(生のままスライスして)、お味噌汁(さっと焼いてから油揚げや麩と一緒に)、炒め物(キノコを入れると色と食感のコントラストが楽しいです！)などがオススメです！
高知県	林 真代 or キセツノオヤサイ葉屋	ショウガ	農業、化学肥料を使っていないので皮つきのままでも◎ 使い切りサイズですが、醤油漬け・オイル漬け・ハチミツ漬けなどもぜひお試しください。
エクアドル	丸々田中青果加工株式会社	バナナ	無印山科店さまで根強い人気のバナナです。 シュガースポットがでるまで熟してからお召し上がりいただくと、より一層美味しいです！

※産地や生産者さまは変更になる可能性があります。

